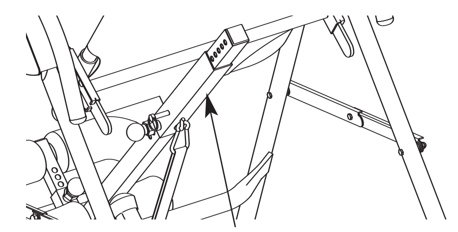
WEIDER® INVERSION SYSTEM

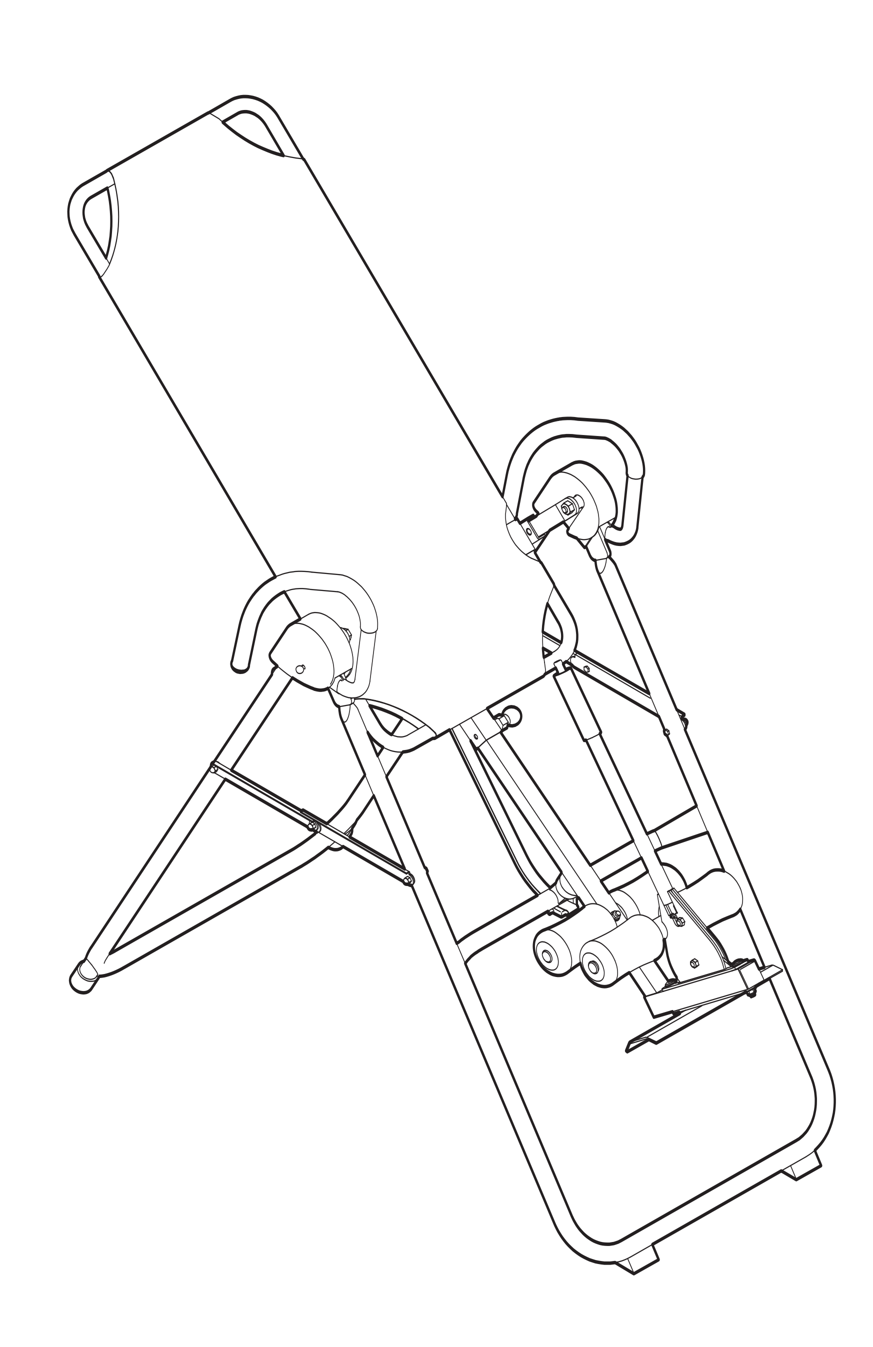
Nº. du Modèle WEEVBE13340
Nº. de Série ________________

Écrivez le numéro de série sur la ligne ci-dessus pour références ultérieures.



Autocollant du Numéro de Série

MANUEL DE L'UTILISATEUR



QUESTIONS?

En tant que fabricant nous nous engageons à satisfaire notre clientèle entièrement. Si vous avez des questions ou si des pièces sont manquantes, veuillez nous contacter au :

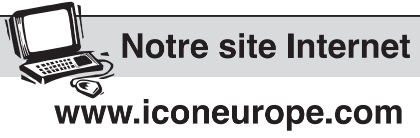
(33) 01 30 86 56 81

du lundi au jeudi de 9h00 à 13h00 et de 14h00 à 18h00, le vendredi de 14h00 à 17h00 (à l'exception des jours fériés).

email: sav.fr@iconeurope.com

ATTENTION

Lisez toutes les précautions et les instructions contenues dans ce manuel avant d'utiliser cet appareil. Gardez ce manuel pour vous y référer ultérieurement.



Notre site Internet

www.iconeurope.com

TABLE DES MATIÈRES

EMPLACEMENT DES AUTOCOLLANTS D'AVERTISSEMENT

Les autocollants illustrés sur cette page ont été collés sur la table de renversement. Trouvez la feuille d'autocollants qui contient l'information en quatre langues. Placez les autocollants en français sur les autocollants en anglais. Si les autocollants sont manquants ou illisibles, contactez notre service à la clientèle au numéro sans frais (voir le dos de ce manuel). Placez le nouvel autocollant à l'endroit indiqué.

Autocollant d'Avertissement 1

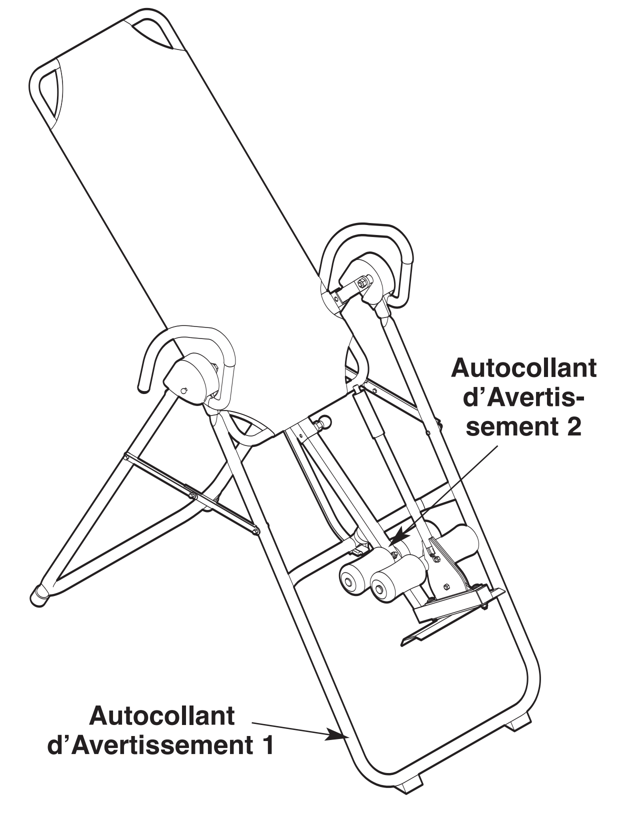
⚠ ATTENTION

- Le mauvais emploi de cet appareil peut avoir comme consequences des blessures graves.
- Lisez le manuel d'utilisateur et suivez tous les avertissements et les instructions avant l'emploi.
- Ne laissez pas les enfants jouer sur ou autour de l'appareil.
- Remplacez l'autocollant s'il est abîmé, illisible, ou enlevé.

Autocollant d'Avertissement 2

⚠ AVERTISSEMENT

- **Portez toujours des chaussures bien attachées.**
- **Les attache-pieds doivent être fermés correctement.**



WEIDER est une marque enregistrée de ICON IP, Inc.

PRÉCAUTIONS IMPORTANTES

⚠ AVERTISSEMENT : pour réduire les risques de blessures graves, lisez les précautions importantes ci-dessous avant d'utiliser la table de renversement.

1. **Lisez toutes les instructions contenues dans ce manuel avant d'utiliser la table d'inversion. N'utilisez la table d'inversion que de la manière décrite dans ce manuel.**

2. **Il est de la responsabilité du propriétaire de s'assurer que tous les utilisateurs de la table de renversement sont correctement informés de toutes les précautions.**

3. **La table de renversement est conçue uniquement pour une utilisation privée. La table de renversement ne doit pas être utilisée commercialement, pour la location ou dans une salle de sport.**

4. **Gardez la table de renversement à l'intérieur, éloignée de l'humidité et de la poussière. Ne placez pas la table de renversement dans un garage, sur une terrasse couverte ou près d'une source d'eau.**

5. **Utilisez la table de renversement uniquement sur une surface plane. Placez un tapis sous la table de renversement pour protéger le sol.**

6. **Assurez-vous que toutes les pièces sont correctement serrées chaque fois que vous utilisez la table de renversement. Remplacez immédiatement toute pièce usée.**

7. **Gardez toujours éloignées de la table de renversement les enfants de moins de 12 ans et les animaux domestiques.**

8. **La table de renversement est conçue pour être utilisée par une personne dont le poids ne dépasse pas 135kg. Remarque : n'utilisez pas de poids ni d'haltères sur la table de renversement.**

9. **Portez toujours les chaussures de sport avec des lacets pour maintenir vos pieds en place sur la table de renversement, et pour protéger vos pieds pendant l'exercice.**

10. **La table de renversement est conçue pour être utilisée par une personne dont la taille ne dépasse pas 1,98 mètre.**

11. **Enfoncez toujours les goupilles dans des trous à la même hauteur sur chaque barre de pivot sur le cadre du dossier.**

12. **Gardez les mains et les pieds éloignés des pièces mobiles.**

13. **Assurez-vous que les barres de pivot sont maintenues en place dans les supports sur le cadre du dossier avant d'utiliser la table de renversement.**

14. **Assurez-vous toujours que les verrous des chevilles sont serrés autour de vos chevilles et que le petit bouton est complètement enfoncé avant d'utiliser la table de renversement.**

15. **Assurez-vous toujours que les barres de liaison sont bien en place avant d'utiliser la table de renversement.**

16. **N'utilisez pas les poignées pour faire une rotation sur la table de renversement ; les poignées sont conçues pour monter et descendre de la table de renversement.**

17. **Effectuez toutes les activités sur la table de renversement d'un mouvement lent et contrôlé. Des exercices agressifs peuvent faire tomber la table de renversement.**

18. **Entraînez-vous toujours avec un partenaire. Votre partenaire doit être prêt à tourner le dossier dans sa position droite si vous ne pouvez terminer votre rotation.**

19. **Si vous ressentez de la douleur ou des etourdissements pendant vos exercices, arretez-vous immediatement et reposez-vous.**

⚠ AVERTISSEMENT : consultez votre médecin avant d'entreprendre un programme d'exercices. Ceci s'adresse tout particulièrement aux personnes agées de plus de 35 ans ou aux personnes qui ont déjà eu des problèmes de santé. ICON ne se tient aucunement responsable des blessures ou des dégâts matériels résultant de l'utilisation de cet appareil.

⚠AVERTISSEMENT : **le renversement n’est pas recommandé pour les personnes concernées par les facteurs et les conditions sur la liste ci-dessous (cette liste n’est pas exhaustive ; elle ne sert que de référence). Si un ou plusieurs facteurs ou conditions s’appliquent à votre cas, consultez votre médecin avant d’utiliser la table de renversement.**

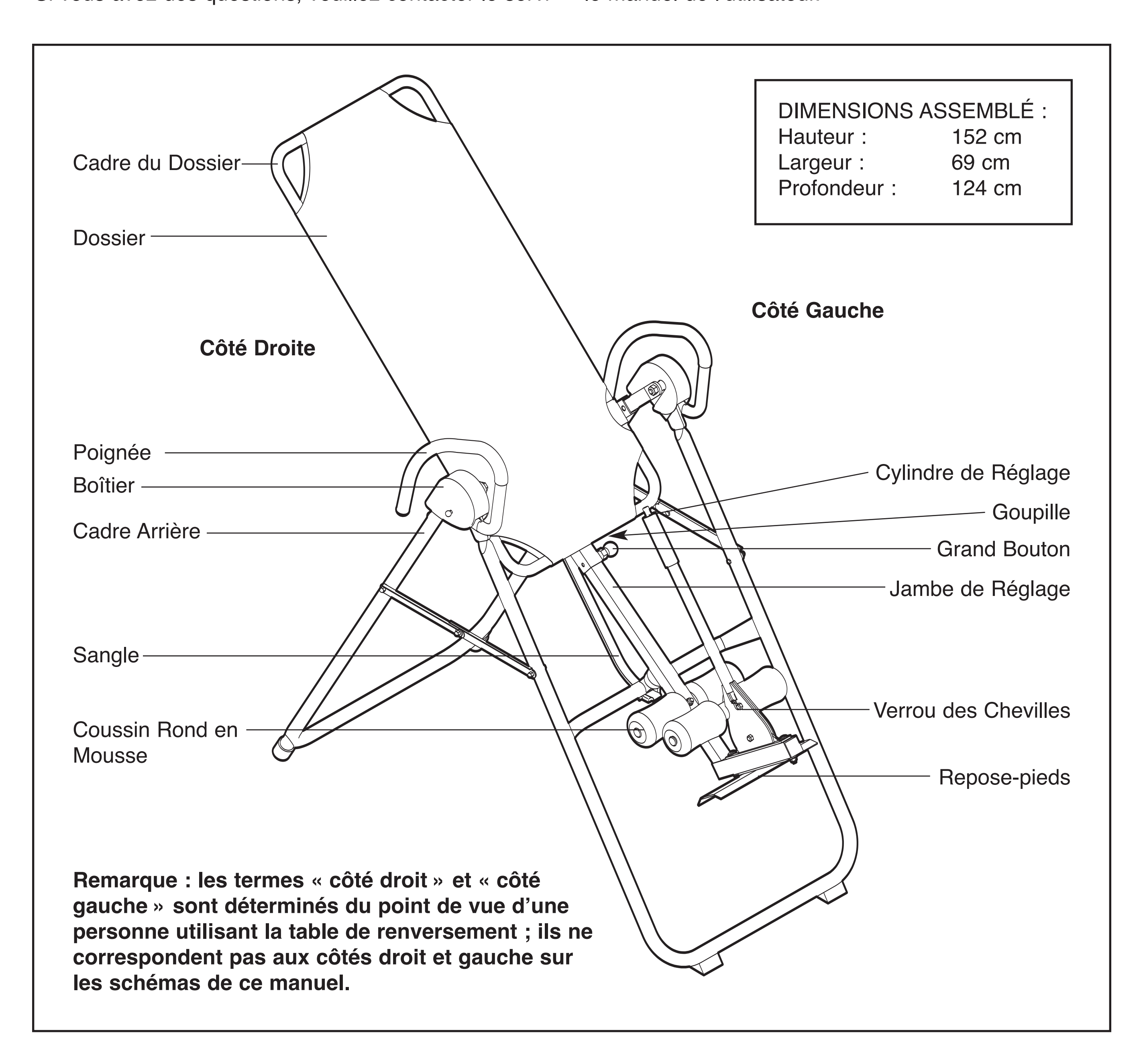
- **Grossesse**
- **Hernie hiatale ou ventrale**
- **Glaucome, détachement de la rétine ou conjonctivite**
- **Pression artérielle anormale, hypertension, attaque cérébrale ou accident ischémique transitoire**
- **Maladie cardiaque ou vasculaire pour laquelle vous suivez un traitement**
- **Infection de l’oreille moyenne ou obésité extrême**
- **Blessure à la colonne vertébrale, sclérose cérébrale ou articulation extrêmement gonflée**
- **Ostéoporose, fracture récente pas encore guérie, broche médullaire ou support orthopédique implantée par opération chirurgicale**
- **Utilisation d’anticoagulants, ce qui comprend la prise de fortes doses d’aspirine**

AVANT DE COMMENCER

Merci d'avoir sélectionné la table de renversement WEIDER® INVERSION SYSTEM. La table de renversement vous permettra d'augmenter la distance entre vos vertèbres, de réduire la pression sur les disques des vertèbres, de tendre et détendre vos muscles et d'apaiser temporairement vos douleurs de dos associés aux conditions mentionnées.

Nous vous recommandons de lire ce manuel attentivement avant d'utiliser la table de renversement. Si vous avez des questions, veuillez contacter le service à la clientèle au numéro suivant : **(33) 01 30 86 56 81** du lundi au jeudi de 9h00 à 13h00 et de 14h00 à 18h00 et le vendredi de 14h00 à 17h00 (à l'exception des jours fériés). Le numéro du modèle est le WEEVBE13340. Vous trouverez le numéro de série sur l'autocollant collé sur la table de renversement (voir la page de couverture de ce manuel).

Veuillez étudier le schéma ci-dessous et familiarisez-vous avec les pièces indiqués avant de continuer à lire le manuel de l'utilisateur.



Remarque : les termes « côté droit » et « côté gauche » sont déterminés du point de vue d'une personne utilisant la table de renversement ; ils ne correspondent pas aux côtés droit et gauche sur les schémas de ce manuel.

ASSEMBLAGE

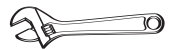
Simplifiez-vous la vie

Ce manuel est conçu pour que la table de renversement puisse être assemblée par tout le monde. Une majorité de personnes pense que l'assemblage est plus facile si elle prevoyait assez de temps.

Avant de commencer l'assemblage, lisez attentivement l'information et les instructions suivantes :

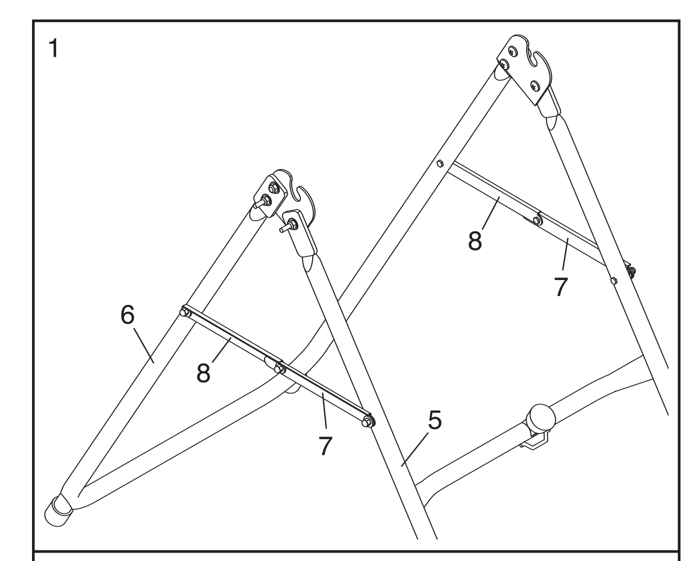
- L'assemblage requiert deux personnes.
- Serrez toutes les pièces lorsque vous les assemblez, à moins qu'il ne vous soit précisé autrement.
- Assurez-vous que toutes les pièces sont orientées comme illustrées dans les schémas pendant que vous assemblez la table de renversement.
- Disposez toutes les pièces sur une aire dégagée et retirez tous les papiers d'emballage ; ne jetez pas les d'emballages avant d'avoir fini l'assemblage.

Les outils suivants (non-inclus) sont nécessaires à l'assemblage :

- **deux clés à molette** 
- **un tournevis plat** 
- **un tournevis cruciforme** 
- **un lubrifiant comme de la graisse ou de la vaseline et de l'eau savonneuse.**

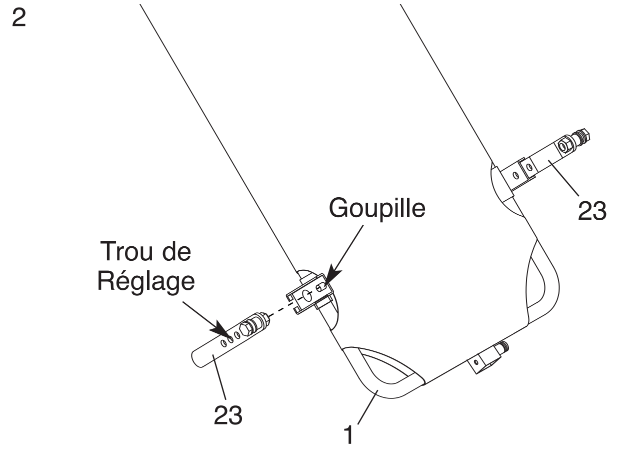
L'assemblage sera plus facile si vous avez un jeu de douilles, un jeu de clés plates ou à molette, ou un jeu de clés à rochet.

1. Dépliez les Cadres Avant et Arrière (5, 6) et poussez les Barres de Liaison (7, 8) de manière à ce qu'elles soient droites comme illustrées.



2. Enfoncez l'extrémité d'une Barre de Pivot (23) avec les trous de réglage sur le support d'un côté du Cadre du Dossier (1). Enfoncez la goupille dans le Cadre du Dossier dans le trou de réglage du milieu.

   Répétez cette étape avec l'autre Barre de Pivot (23).



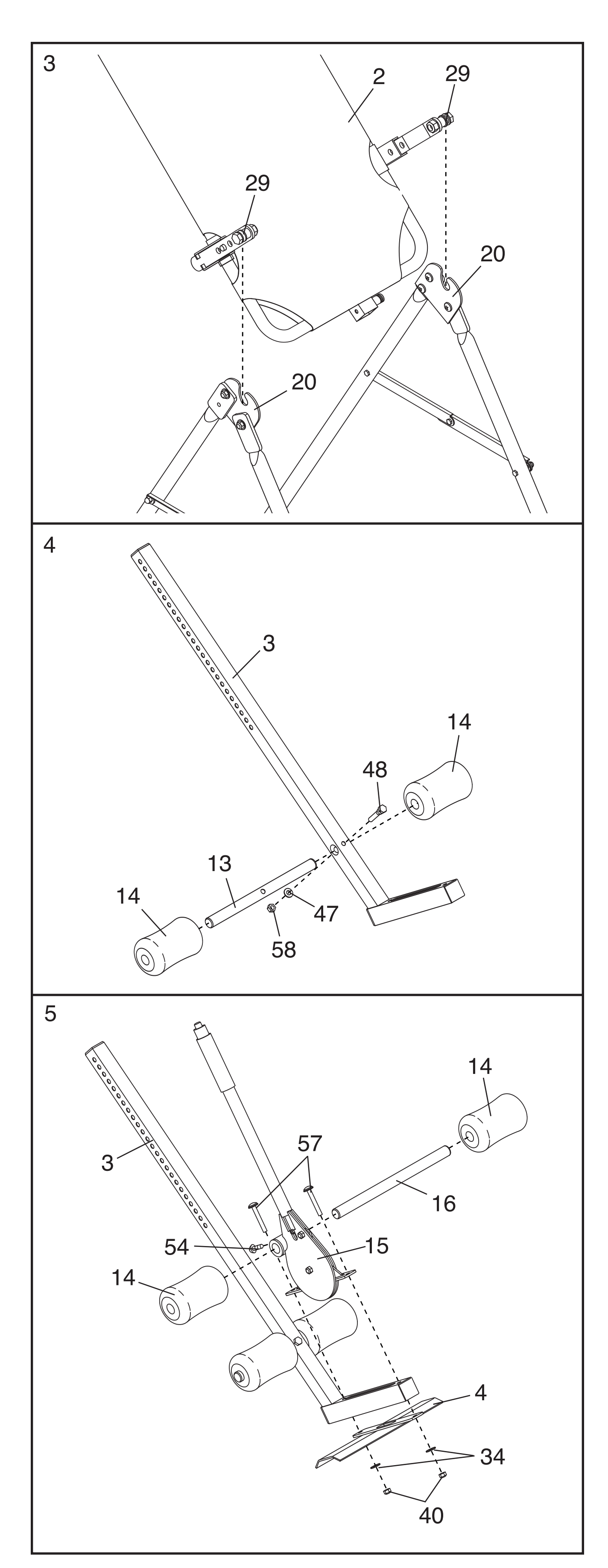
3. Placez les deux Poulies (29) dans les fentes sur les Plaques de Liaison (20).

4. Enfoncez le Tube de Coussin des Jambes (13) dans le trou indiqué sur la Jambe de Réglage (3) et attachez-le à l'aide d'un Boulon de M8 x 40mm (48), une Rondelle en Zinc de M8 (47) et un Écrou en Zinc de M8 (58).

Glissez deux Coussins Ronds en Mousse (14) dans les extrémités du Tube de Coussin des Jambes (13).

5. Attachez le Tube de Coussin du Levier (16) sur le Verrou des Chevilles (15) à l'aide d'une Vis de M4 x 20mm (54). Glissez deux Coussins Ronds en Mousse (14) sur le Tube de Coussin.

Attachez le Verrou des Chevilles (15) et le Repose-pieds (4) sur la Jambe de Réglage (3) à l'aide de deux Boulons de M8 x 55mm (57), deux Rondelles de M8 (34) et deux Écrous en Nylon de M8 (40).

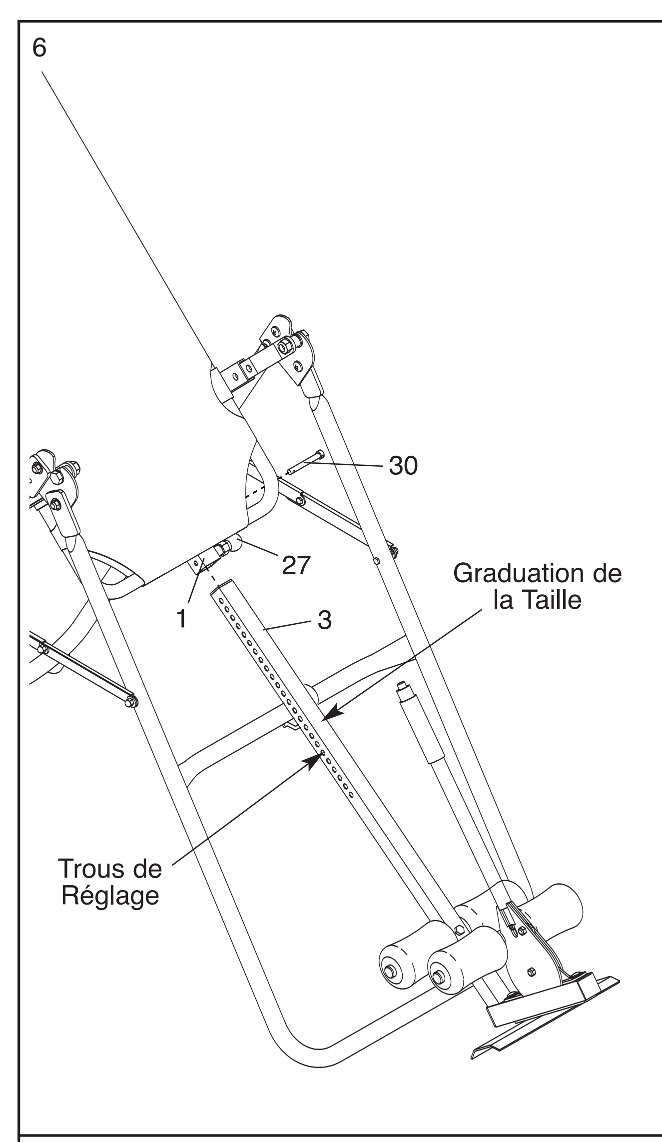


6. Retirez la Goupille (30) du Cadre du Dossier (1).

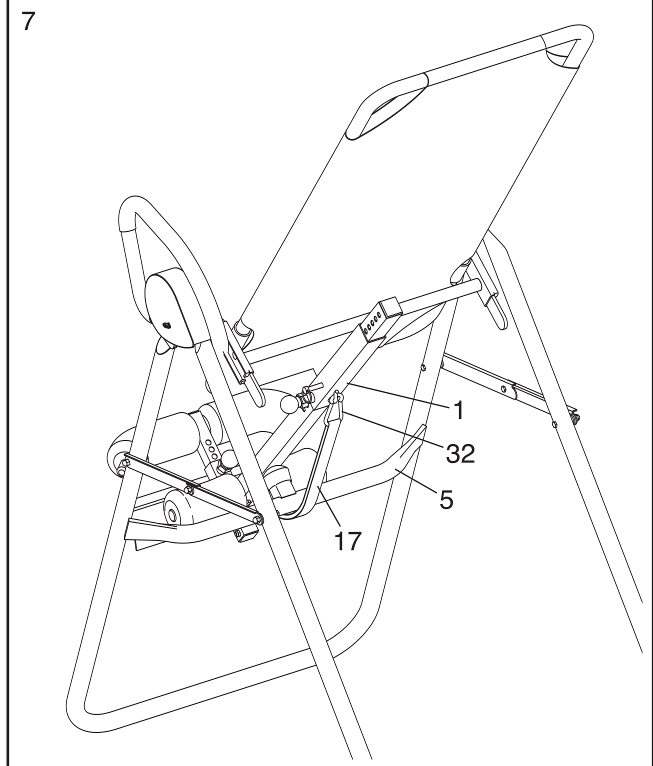
   Tirez le Grand Bouton (27) hors du trou, autant que possible. Enfoncez ensuite la Jambe de Réglage (3) dans le Cadre du Dossier. Replacez le Grand Bouton dans un trou de réglage sur la Jambe de Réglage.

   Enfoncez la Goupille (30) dans le Cadre du Dossier (1) et la Jambe de Réglage (3).

   Remarque : la Jambe de Réglage (3) doit se trouver sur la graduation de la taille trois à cinq centimètres au-dessus de la taille de la personne utilisant la table de renversement.

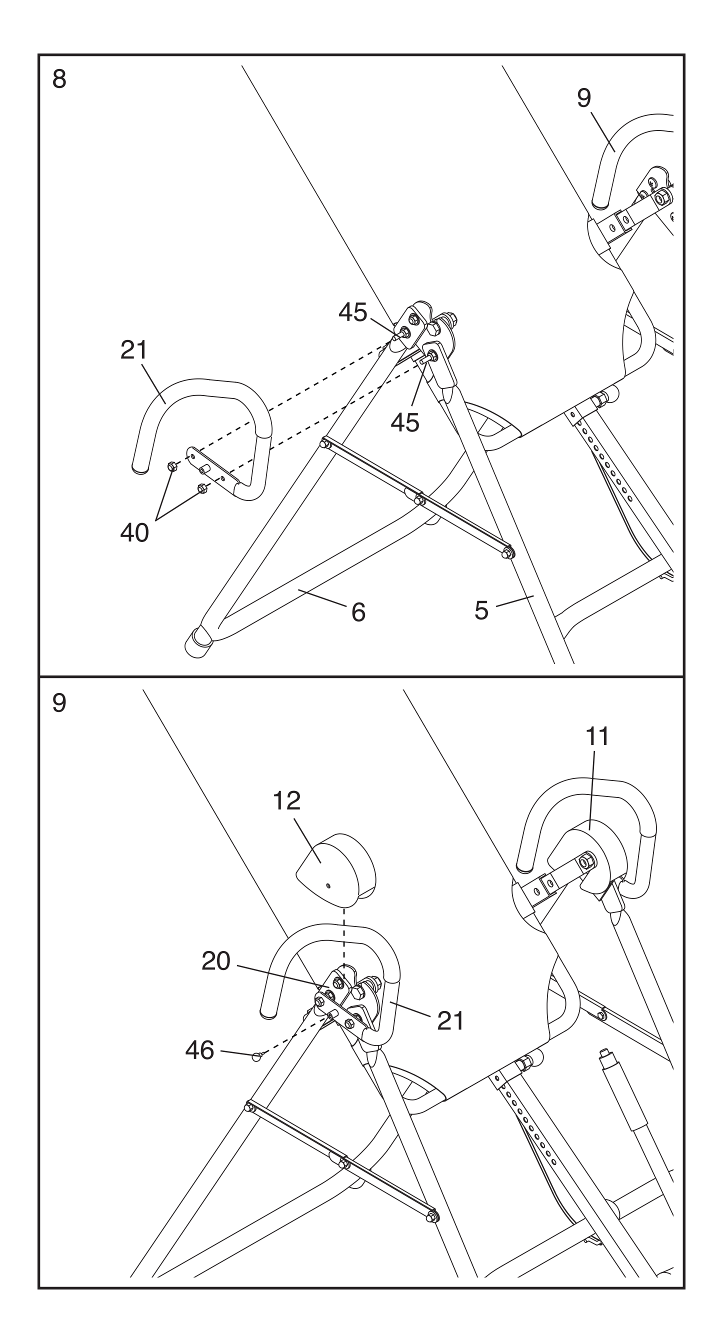


7. Attachez la Sangle (17) sur la barre transversale du Cadre Avant (5). Placez l’Attache (32) de la Sangle sur le crochet en bas du Cadre du Dossier (1).



8. Fixez la Poignée Droite (21) sur le Boulon de M8 x 30mm (45) se trouvant sur les Cadres Avant et Arrière (5, 6) à l'aide deux Écrous en Nylon de M8 (40). **Assurez-vous que la Poignée est orientée comme illustrée.**

   Répétez cette étape avec la Poignée Gauche (9).



9. Couvrez la Plaque de Liaison (20) droite avec le Boîtier Droit (12). Vissez un Petit Bouton (46) dans la Poignée Droite (21).

   Répétez cette étape avec le Boîtier Gauche (11).

10. **Assurez-vous que toutes les pièces sont serrées correctement avant d'utiliser la table de renversement.** L'utilisation des pièces sera décrite dans la section RÉGLAGES qui commence à la page suivant.

RÉGLAGES

Cette section explique comment régler la table de renversement. Référez-vous à MISE EN PLACE D'UN PROGRAMME à la page 13 pour apprendre comment tirer le plus de bienfaits de votre programme d'exercice.

Assurez-vous que toutes les pièces sont serrées correctement à chaque utilisation de la table de renversement. Remplacez immédiatement toute pièce usée. La table peut être nettoyée à l'aide d'un chiffon humidifié avec un détergent doux non-abrasif. N'utilisez pas de dissolvants.

SÉLECTIONNER LA POSITION DE LA BARRE DE PIVOT

Les Barres de Pivot (23) sont percées de trois trous de réglage. Le choix du trou dépendra du poids de l'utilisateur et du niveau de réponse désiré. Référez-vous au schéma pour déterminer quel trou utiliser.

Pour régler les Barres de Pivot (23), découvrez les Plaques de Liaison (non-illustrées). Soulevez une Poulie (29) hors de la Plaque de Liaison. Déplacez la Barre de Pivot de manière à ce que la goupille sur le Cadre du Dossier (1) s'enfonce dans le trou de réglage désiré. Replacez la Poulie dans la fente sur la Plaque de Liaison. **Répétez cette manipulation avec l'autre Barre de Pivot.**

Replacez les Boîtiers (11, 12 [non-illustrés]) sur les les Plaques de Liaison (non-illustrées). Attachez les Boîtiers à l'aide des Petits Boutons (non-illustrés).

Utilisez la table de renversement avec les Barres de Pivot (23) réglées sur chaque position pour déterminer celle qui est plus confortable pour vous.

⚠ATTENTION : enfoncez toujours les goupilles du Cadre du Dossier (1) dans les mêmes trous dans chaque Barre de Pivot (23).

RÉGLER LA LONGUEUR DE LA SANGLE

La Sangle (17) peut-être utilisée pour empêcher la table de renversement de se renverser plus loin que désiré. Pour régler la Sangle, renversez le Dossier (2) jusqu'à la position après laquelle vous ne voulez pas aller. Demandez à une deuxième personne de serrer la Sangle.

Pendant la première et/ou deuxième semaine, réglez la Sangle (17) de manière à ce que le Dossier (2) ne se renverse pas de plus de 15 à 20 degrés. Allongez ensuite la sangle pour permettre au Dossier de se renverser de quelques degrés de plus alors que votre corps s'habitue à la table de renversement.

	Trou A	Trou B	Trou C
36–54 kg	#*		
54–99 kg	*		#
99–136 kg		*	#

Trou A—Plus grande réponse
Trou B—Réponse moyenne
Trou C—Plus petite réponse

Débutant/Renversement partiel
* Recommandé pour un renversement complet

RÉGLER LA JAMBE DE RÉGLAGE

Vous pouvez régler la longueur de la Jambe de Réglage (3) pour correspondre à la taille de l'utilisateur. Retirez la Goupille (30) du Cadre du Dossier (1). Tirez le Grand Bouton (27) hors du trou autant que possible. Glissez la Jambe de Réglage dans le, ou hors du, Cadre du Dossier de manière à ce que la graduation au-dessus de la taille de l'utilisateur soit recouverte par le Cadre du Dossier. Replacez le Bouton et la Goupille dans les trous de réglage sur la Jambe de Réglage et le Cadre du Dossier.

Utilisez la table de renversement avec la Jambe de Réglage (3) réglée sur plusieurs longueurs différentes pour déterminer celle qui est plus confortable pour vous.

⚠ATTENTION : la table de renversement est conçue pour être utilisée par une personne dont la taille ne dépasse pas 1,98 mètre.

UTILISATION DU VERROU DES CHEVILLES

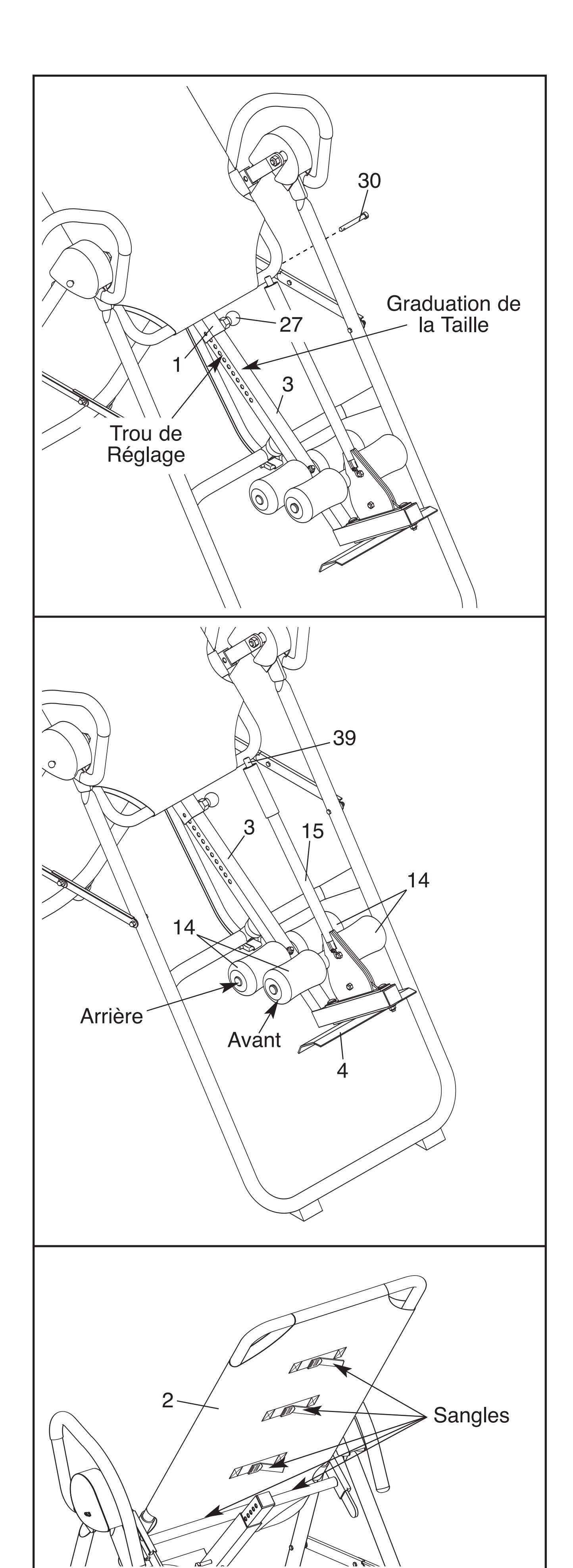
Pour attacher vos chevilles sur la table de renversement, montez sur le Repose-pieds (4), l'arrière de vos jambes contre les Coussins Ronds en Mousse (14) arrière et la pointe de vos pieds sous les Coussins Ronds en Mousse avant. Tirez le Verrou des Chevilles (15) vers la Jambe de Réglage (3) de manière à ce que les Coussins Ronds en Mousse avant soient serrés contre vos chevilles.

Pour détacher le Verrou des Chevilles (15), poussez la partie supérieure du Cylindre de Réglage (39) vers le bas et déplacez le Verrou vers l'avant.

⚠ATTENTION : assurez-vous toujours que le Verrou des Chevilles (15) est bien serré contre vos chevilles avant d'utiliser la table de renversement. Portez toujours des chaussures de sport avec des lacets pour maintenir vos pieds en place sur la table de renversement.

SERRER LE DOSSIER

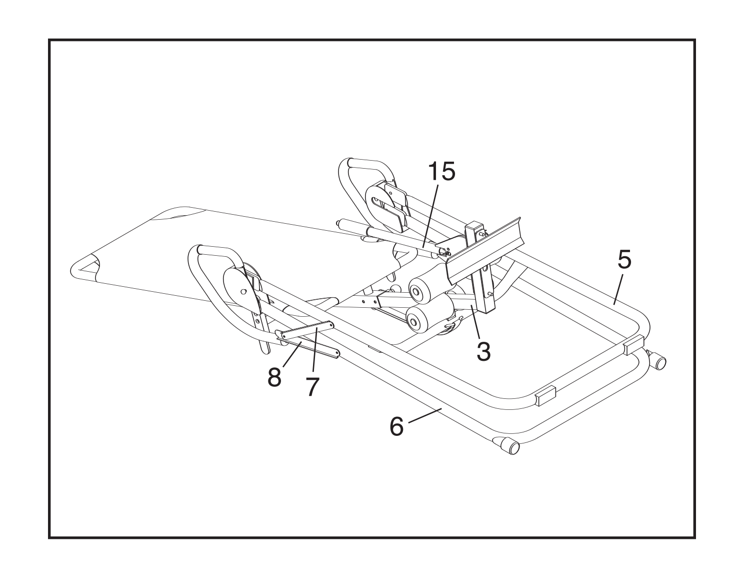
Le Dossier (2) peut s'étirer durant son utilisation. Si cela se produit, serrez les cinq sangles au dos du Dossier.



RANGER LA TABLE DE RENVERSEMENT

Pour ranger la table de renversement, réglez la Jambe de Réglage (3) sur la longueur la plus courte (voir RÉGLER LA JAMBE DE RÉGLAGE à la page 11). Réglez ensuite le Verrou des Chevilles (15) sur la position la plus proche de la Jambe de Réglage (voir UTILISATION DU VERROU DES CHEVILLES à la page 11). Soulevez ensuite les Barres de Liaison (7, 8) et pliez les Cadres (5, 6) l'un contre l'autre.

⚠ ATTENTION : assurez-vous toujours que les Barres de Liaison (7, 8) sont bien droites avant d'utiliser la table de renversement.



ROTATION SUR LA TABLE DE RENVERSEMENT

Cette section explique comment renverser la table de renversement puis revenir dans la position de départ. Il peut être utile d'avoir une deuxième personne présente, prête à vous assister alors que vous apprenez à vous servir de la table de renversement. **Référez-vous à la section RÉGLAGES, qui commence à la page 10 de ce manuel, pour identifier les pièces mentionnées dans cette section.**

PRÉPARER ET MONTEZ SUR LA TABLE DE RENVERSEMENT

Avant d'utiliser la table de renversement, réglez les Barres de Pivot (23), la Jambe de Réglage (3) et la Sangle (17) sur les positions adéquates pour l'utilisateur. Attachez vos chevilles dans le Verrou des Chevilles (15).

SE RENVERSER EN ARRIÈRE SUR LA TABLE DE RENVERSEMENT

Pour se renverser en arrière sur la table de renversement, soulevez doucement vos bras au-dessus de votre tête jusqu'à atteindre la position désirée. La vitesse à laquelle vous levez les bras déterminera la vitesse à laquelle la table de renversement va se renverser. Placez vos bras dans une position confortable, sans faire tourner la table de renversement.

Pour verrouiller le dossier dans la position de renversement complet, il sera peut-être nécessaire de pousser contre le sol ou le Cadre Arrière (6) durant les quelques derniers degrés de manière à ce que le Cadre du Dossier (1) repose contre la barre transversale sur le Cadre Avant (5). Le poids de votre corps verrouillera la table de renversement dans la position de renversement complet.

REVENIR À LA POSITION DE DÉPART SUR LA TABLE DE RENVERSEMENT

Pour revenir à la position de départ, pliez légèrement les genoux et déplacez doucement vos mains vers votre taille jusqu'à ce que vous arriviez vers une position horizontale. Reposez-vous à l'horizontale pendant 30 à 60 secondes avant de revenir à la position de départ. Ceci permettra à votre corps de s'habituer au changement. Revenez lentement à la position de départ. Si vous avez des étourdissements après avoir utilisé la table de renversement, c'est une indication que vous êtes revenu trop rapidement à la position de départ.

Pour se relever de la position de renversement complet, tenez le coin du Cadre du Dossier (1) derrière votre tête d'une main et prenez la partie inférieure du Cadre Arrière (6) de l'autre main. Tirez le Cadre du Dossier vers le Cadre Arrière. Ceci libérera le Cadre du Dossier de la position de renversement complet. Revenez à la position de départ comme décrit ci-dessus.

N'essayez pas de vous asseoir ou d'utiliser les Poignées (9, 21) pour revenir à la position de départ.

MISE EN PLACE D’UN PROGRAMME

Cette section contient de l’information et des suggestions sur la manière d’utiliser la table de renversement. Assurez-vous que toutes les pièces sont correctement serrées chaque fois que la table de renversement est utilisée. Remplacez immédiatement toute pièce usée. **Référez-vous à la section RÉGLAGES, qui commence à la page 10 de ce manuel, pour identifier les pièces mentionnées dans cette section.**

TIRER LE PLUS DE BIENFAITS DE LA TABLE DE RENVERSEMENT

Si vous avez la nausée alors que vous utilisez la table de renversement, revenez à la position de départ. Sachez qu’il faudra peut-être plusieurs semaines d’utilisation pour que votre oreille interne s’habitue à être à l’envers.

N’utilisez pas la table de renversement après avoir ingéré de la nourriture.

Bouger pendant l’utilisation de la table de renversement peut rendre votre expérience plus confortable, et peut aider vos articulations et vos muscles à se détendre. Faites toujours des mouvements lents et contrôlés.

Plus grand est l’angle auquel vous utilisez la table de renversement, moins de temps vous devriez rester la tête en bas avant de revenir dans la position de départ. Augmentez petit à petit la durée de vos exercices la tête en bas ainsi que l’angle de renversement.

Restez à l’écoute de votre corps quand vous utilisez la table de renversement. Augmentez le niveau d’intensité seulement si vous êtes confortable. Quand vous ressentez que vous en avez eu assez, retournez à la position de départ.

PROGRAMME POUR DÉBUTANT

Vous trouverez ci-dessous des suggestions pour les personnes qui commencent seulement à utiliser la table de renversement.

Réglez la Sangle (17) pour permettre au Cadre du Dossier (1) de se renverser à un angle de 20 degrés, ou moins, pendant une ou deux semaines. Ceci permettra à votre corps de s’habituer au changement de direction de gravité.

N’utilisez la table de renversement que pendant une ou deux minutes à la fois, deux ou trois fois par jour.

Ne restez la tête en bas que si vous êtes confortable, même si ce n’est que quelques secondes au début.

PROGRAMME INTERMÉDIAIRE

Vous trouverez ci-dessous des suggestions faites par des personnes utilisant confortablement la table de renversement comme décrit dans le PROGRAMME POUR DÉBUTANTS.

Augmentez l’angle jusqu’auquel la table de renversement peut se renverser selon ce qui vous est confortable. Réglez la Sangle (17) pour permettre à la table de renversement d’aller jusqu’à un angle de 60 degrés, de quelques degrés à la fois.

Commencez à faire des étirements légers pendant que vous utilisez la table de renversement.

Augmentez petit à petit la durée d’utilisation de la table de renversement jusqu’à 10 minutes ou plus, deux à trois fois par jour. Vous pouvez varier les enchaînements en vous renversant pendant une ou deux minutes, puis 30 secondes, ou en restant la tête en bas aussi longtemps que la tête en haut.

PROGRAMME DE RENVERSEMENT COMPLET

Vous trouverez ci-dessous des suggestions faites par des personnes utilisant confortablement la table de renversement comme décrit dans le PROGRAMME INTERMÉDIAIRE et désirant se renverser à des angles plus importants ou faire des exercices abdominaux. Notez que vous pouvez profiter de tous les bienfaits du renversement à partir d’un angle de 60 degrés. **N’essayez pas de faire des exercices abdominaux à moins que le Cadre du Dossier ne soit verrouillé dans la position de renversement complet.**

Augmentez l’angle jusqu’auquel la table de renversement peut se renverser selon ce qui vous est confortable. Réglez la Sangle (17) pour permettre à la table de renversement de se renverser jusqu’à toucher l’arrière de la barre transversale sur le Cadre Avant (5).

Réglez les Barres de Pivot (23) de manière à ce que la goupille sur le Cadre du Dossier (1) soit dans le trou supérieur (voir SÉLECTIONNER LA POSITION DE LA BARRE DE PIVOT à la page 10). Si l’utilisateur pèse 99 kg ou plus, placez la goupille dans le trou du milieu sur les Barres de Pivot. Renversez-vous comme décrit à la page 12.

LISTE DES PIÉCES—Nº. de Modéle WEEVBE13340

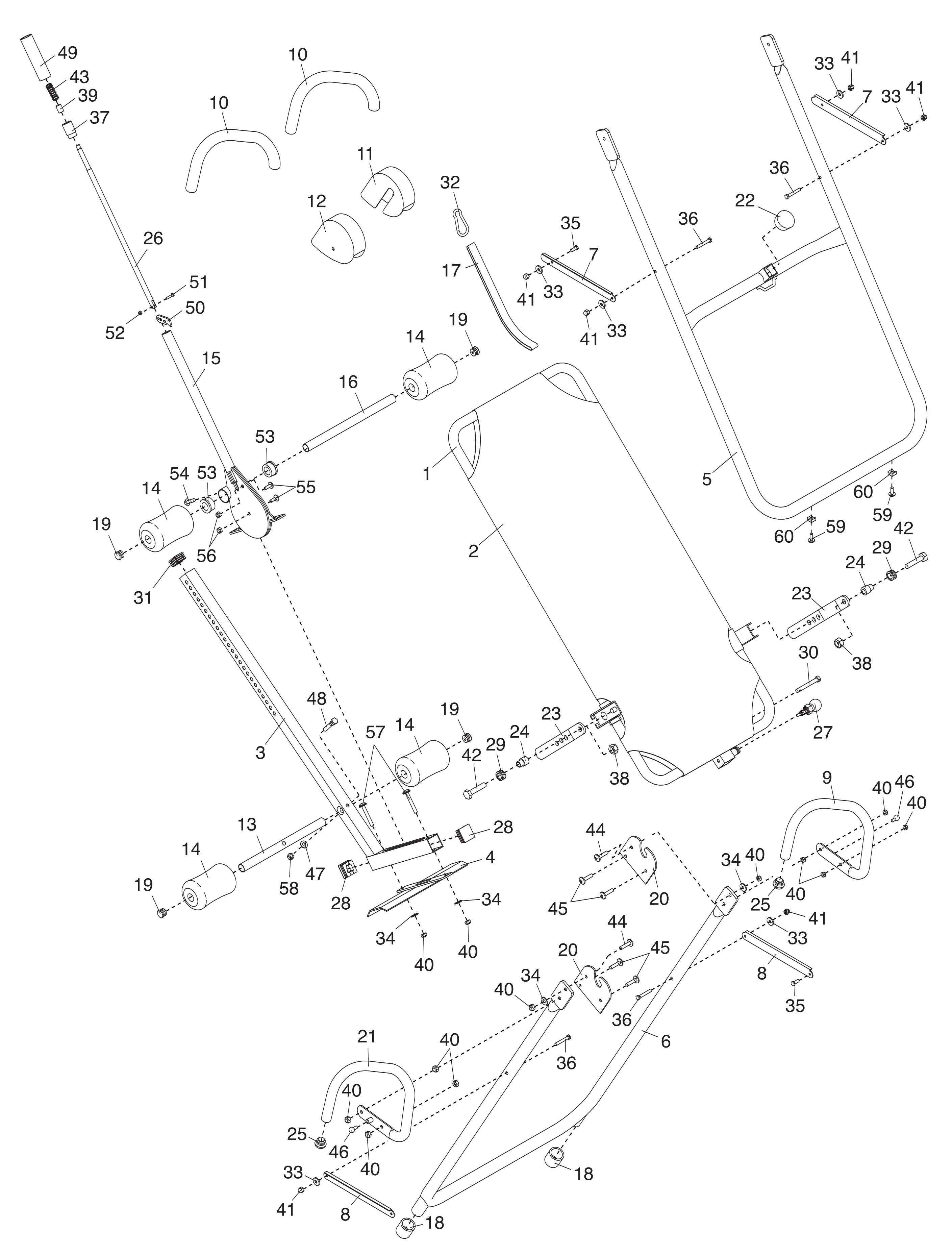
R0505A

Nº. de Pièce	Qté.	Description
1	1	Cadre du Dossier
2	1	Dossier
3	1	Jambe de Réglage
4	1	Repose-pieds
5	1	Cadre Avant
6	1	Cadre Arrière
7	2	Grande Barre de Liaison
8	2	Petite Barre de Liaison
9	1	Poignée Gauche
10	2	Coussin en Mousse
11	1	Boîtier Gauche
12	1	Boîtier Droit
13	1	Tube de Coussin des Jambes
14	4	Coussin Rond en Mousse
15	1	Verrou des Chevilles
16	1	Tube de Coussin du Levier
17	1	Sangle
18	2	Grand Embout Femelle Rond
19	4	Petit Embout Mâle Rond
20	2	Plaque de Liaison
21	1	Poignée Droite
22	1	Amortisseur
23	2	Barre de Pivot
24	2	Bague d'Espacement
25	2	Embout Mâle Rond
26	1	Tige de Réglage
27	1	Grand Bouton
28	2	Embout Mâle Carré de 38mm
29	2	Poulie
30	1	Goupille
31	1	Embout Mâle Carré de 33mm
32	1	Attache
33	6	Rondelle de M6
34	4	Rondelle de M8
35	2	Boulon de M6 x 13mm
36	4	Boulon de M6 x 45mm
37	1	Manche de Réglage
38	2	Écrou en Nylon de M12
39	1	Cylindre de Réglage
40	12	Écrou en Nylon de M8
41	6	Écrou en Dôme en Nylon de M6
42	2	Boulon de M12 x 50mm
43	1	Ressort
44	2	Boulon de M8 x 20mm
45	4	Boulon de M8 x 30mm
46	2	Petit Bouton
47	1	Rondelle en Zinc de M8
48	1	Boulon de M8 x 40mm
49	1	Poignée de Réglage en Mousse
50	1	Loquet de Réglage
51	1	Boulon de M4 x 15mm
52	1	Écrou de M4
53	2	Bague
54	1	Vis de M4 x 20mm
55	2	Boulon de M8 x 20mm
56	2	Écrou de M8
57	2	Boulon de M8 x 55mm
58	1	Écrou en Zinc de M8
59	2	Vis Auto-Taraudeuse de M4 x 15mm
60	2	Pied en Plastique
#	1	Manuel de L'Utilisateur

Remarque : « # » indique une qu'une pièce n'est pas illustrée. Les caractéristiques peuvent être modifiées sans notifications. Pour commander des pièces de rechange, référez-vous au dos du manuel.

SCHÉMA DÉTAILLÉ—Nº. de Modéle WEEVBE13340

R0505A



POUR COMMANDER DES PIÈCES DE RECHANGE

Pour commander des pièces de rechange, veuillez contacter le service à la clientèle au numéro suivant :

(33) 01 30 86 56 81

Fax : (33) 01 39 14 27 72

du lundi au jeudi de 9h00 à 13h00 et de 14h00 à 18h00 et le vendredi de 14h00 à 17h00 (à l'exception des jours fériés). Préparez les informations suivantes :

- le NUMÉRO DU MODÈLE de ce produit (WEEVBE13340)
- le NOM de ce produit (table de renversement WEIDER® INVERSION SYSTEM)
- le NUMÉRO DE SÉRIE de ce produit (référez-vous à la couverture de ce manuel)
- le NUMÉRO et la DESCRIPTION de la pièce/des pièces (voir la LISTE DES PIèCES et le SCHÉMA EXPLOSÉ aux pages 14 et 15)

Nº. de Pièce 217356 R0505A